

## ◇食卓のいやしを演出する「テーブルコーディネート教室」

### 〔目 的〕

毎日の多忙な中で繰り返される食事では、簡易化、外食化・中食の増加傾向にあり、家庭で家族揃って食事をする回数が減少しがちである。また、食材の旬や食べ物が作られる過程も見えにくいなど、さまざまな社会的課題がある。そのような環境下でも、食べ物としっかり向き合い五感を刺激した楽しい心温まる食事ができれば、家族の絆は強まる。接客のおもてなしも楽しめることができるゆとりを持ちたいものである。特別の日に食卓上のちょっとしたひと工夫で、テーマ性のある食空間の演出ができれば、心豊かな食生活が実現される。当クリニックでは、家族の心の健康や食生活の向上に役立てていただけるように本講座を開講している。

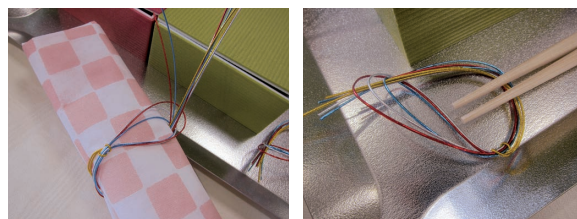
### 〔内 容〕

本学の食物栄養学科と他学科の学生へのオープン科目として開講している「テーブルコーディネート論」と「食空間プロデュース論」の非常勤講師をお願いしているフードアートの中野久美子先生（本学食物学科卒業生）をお招きして、家庭での食卓の癒しを演出するテーブルコーディネート教室をこれまでは四季ごとに開催していたが、今年から都合により年2回の開催となった。本年度は前年度の12月に和食がユネスコ無形文化遺産に登録されたことを受け、「行事と食文化の食卓演出」をテーマとし、下記に示すように、秋と冬に開催した。

秋の教室：9月30日（火）

#### 4色折箱と水引を使った和の食卓演出

日本の祭事、5節句に関する歴史と食生活との関わりについて学び、日本の色として赤、黄、青、白黒の5色が基調となっていることなど、歴史的背景を学んだ。この日の演出では、赤、紫、白、緑の4色折箱に、市販の秋を味わう素材の菓子・紫芋ポテトチップス、柚子白あんとお豆あんの最中、松ぼっくりとハロウィングッズの落雁などを彩りよく詰め合わせ、テーブルにはユーカリの葉と晩秋に咲く紫陽花が飾られた。簡単な一工夫で、楽しくお菓子とお茶をいただいた。そして、金、銀、赤、緑、青の水引を使って、ナプキンフォルダーと箸置き作りを楽しみ、お持ち帰りいただいた。



手づくりのナプキンフォルダーと箸置き

冬の教室：1月13日（火）

早春の温かいおもてなし・和と洋の演出  
～七草がゆ・節分、バレンタインディ～

新春の心温まるもてなしとして、食器を赤（体を温めるカロテン色）で統一し、テーブルクロスを白と黒を基調し、ナプキンも赤と黒の3枚重ねで変化を楽しんだ。

和の食卓として、七草をイメージした即席スープのミックスビーンズや、節分をイメージした4種の豆と堅焼きパンのグリッシーニ3種をグラス食器に入れてテーブルに飾り、ドライフルーツやドリンクとして柚子とオレンジ・ピーチ酢と温かい即席スープで和の食文化を洋で表現した。

バレンタインのテーブルは、真っ赤なハートのカッティングボードに各自でラメ入りのカラフルなシートやカラーグラスなどのアクセサリグッズを張り付けて、コーディネートを楽しみ、その上に白のハート型の取り皿を置き、チョコレートや、節分の豆を乗せ、各自で好みのナプキンを設定し、寒い季節を身も心も温まる演出を楽しみ、カッティングボードはお持ち帰りしていただいた。



#### [感想]

この教室に参加された方の感想の一部を下記に紹介する。

- ・ 4色の日本的な折箱を使ったり、水引だけで、いつもの食卓と全く違った素敵な食空間ができ十分に楽しめました。
- ・ 素敵な施設で楽しくてゆったりとした時間を過ごすことができ、とても感謝しています。日常的に入手しやすい豆菓子やグラスに詰め、スプーンを添えるだけでも素敵なティータイムが楽しめるので、お友達が遊びにきたときに、参考にしてチャレンジします。
- ・ 温かいビタミンカラーで、テーブルを演出するといつもと気分が違い癒されました。また、美容や健康に良い食べ物もいろいろと教えていただき、食べる食品で季節感の出し方や色の組み合わせなど素敵な演出を学ぶことができ、とても満足しています。
- ・ いつも素敵な食材の紹介があり楽しみにしています。優雅な気分で美味しいティータイムを過ごすことが出来ました。カッティングボードは、いろいろな場面に使用できそうです。子どものパーティーでも盛り上がりそうです。
- ・ 素敵な講師、スタッフ、参加者の仲間とのふれあいも楽しみにしています。次が待ち遠しく、もう少し回数を増やして欲しいです。

（木戸詔子）